

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berbicara soal adaptasi artinya berbicara juga tentang proses di mana seseorang berusaha untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya.¹ Proses ini tidak hanya melibatkan aktivitas fisik saja. Tapi juga berkaitan dengan proses penyesuaian secara psikis maupun emosional seseorang. Bahkan konteks adaptasi, lebih dekat jika dikaitkan sebagai bentuk adaptasi sosial. Ada reaksi yang efektif dan harmonis yang dilakukan oleh orang tersebut, yang tentu saja ini juga dipengaruhi oleh realitas dan situasi sosial yang dihadapinya. Memang pada hakikatnya, adaptasi merupakan sebuah bentuk tuntutan yang melekat pada siapa saja terutama untuk bisa menjalin hubungan sosialnya secara sehat.

Sebagai sebuah proses yang dilakukan secara sadar, setiap orang akan menghadapi tantangannya tersendiri. Maka tak heran jika tak sedikit orang yang mengalami kesulitan selama proses adaptasi berlangsung. Tak terkecuali bagi anak-anak usia remaja (*adolescence*) yang memang sedang berada pada masa pertumbuhan dan peralihan dari masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa di mana pada masa ini terjadi perkembangan-perkembangan baik dalam segi fisik, psikologis maupun sosialnya.² Karena itu, peralihan masa pertumbuhan usia remaja ini perlu dibantu agar mampu menyesuaikan diri

¹ Lihat W.A. Gerungan, *Psikologi Sosial*, (Bandung: Refika Aditama, 2010), hlm. 59.

² Hurlock dalam Sofiah, *Religiusitas, Jurnal Psikologi* Vol. 7 No. 2, (Surabaya: Universitas 17 Agustus 1945. 2012), hlm. 565.

dengan lingkungannya (autoplastis) atau remaja tersebut dibantu untuk mampu mengubah lingkungannya agar sesuai dengan keinginannya (alloplastis).³

Selain mengalami perubahan-perubahan dalam dirinya, seperti bentuk tubuh, suara, dan bahkan kondisi biologisnya, seorang remaja juga mengalami perubahan-perubahan peran serta tanggung jawabnya yang baru. Dimana sedikit banyak, proses ini juga dipengaruhi oleh proses integrasi seseorang yang sedang mengembangkan sikap ketergantungan terhadap orang tua dan menjadi lebih mandiri. Pada masa ini, anak-anak remaja juga sudah mulai mengembangkan minatnya pada lawan jenis, perenungan diri dan perhatian terhadap nilai-nilai estetika dan isu moral. Selain itu, remaja pada masa ini juga sedang mengalami kebingungan budaya, dan segala bentuk perubahan yang terjadi di dalam diri maupun lingkungannya seperti perubahan fisik, emosi, dan psikologisnya. Sehingga bisa saja hal ini membuat remaja merasakan kesulitan dalam mengadaptasikan dirinya dengan lingkungan.⁴

Selain menyinggung soal integrasi diri seorang remaja dari fase ketergantungan pada orang tuanya dan berubah ke arah mandiri, anak remaja juga dihadapkan pada sistem pendidikan integrasi yang menyatukan kembali proses pendidikan baik pendidikan sekolah, rumah ataupun masyarakat. Integrasi lingkungan sosial anak inilah yang kemudian menuntut kemampuan

³Autoplastis berasal dari dua suku kata yaitu *auto* yang berarti sendiri, dan *plastis* yang berarti dibantu. Sedangkan *alloplastis* berasal dari kata *allo* yang berarti yang lain, dan *plastis* yang berarti dibantu. Maksud dari kalimat ini adalah adaptasi yang bisa merujuk pada kemampuan individu untuk merekayasa lingkungan ataupun mencoba menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan tersebut. Penjelasan lebih detil bisa dilihat dalam Ahmadi, *Psikologi Sosial*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hlm. 49.

⁴Ibid, hlm. 206

remaja tersebut untuk bisa beradaptasi secara baik di satu sisi dan menyebabkan seseorang merasakan beban lingkungan di sisi yang lain.

Ketika memasuki dunia sekolah berbasis pesantren, seorang remaja sedang memasuki lingkungan sosialnya yang lebih kompleks. Bahkan mereka juga harus sudah memulai adaptasinya dengan lingkungan masyarakat di luar pesantren. Karena hal ini merupakan bagian dari karakteristik pesantren yang memang melekat dengan pola pendidikan integratif yang ditawarkannya. Mulai dari lingkungan sosial, pendidikan sekolah ataupun masyarakat yang diwakili oleh adanya pesantren.⁵ Pada umumnya, hal ini juga yang menarik perhatian dan minat dari para wali murid untuk memasukkan anak-anaknya ke dalam sistem pendidikan berbasis pesantren. Karena banyak di antara mereka yang mempersepsikan bahwa pesantren merupakan lembaga yang dianggap ideal untuk menghasilkan peserta didik yang bermoral dan memiliki ilmu pengetahuan yang tinggi.

Salah satu lembaga pendidikan yang memadukan lingkungan sosial, pendidikan sekolah dan masyarakat adalah Pondok Pesantren Al-Mu'minien, Lohbener Indramayu. Pondok ini sudah dilengkapi lembaga pendidikan di tiap jenjang mulai dari Raudhlatul Athfal sampai dengan Madrasah Aliyah. Khususnya MTs Pondok Pesantren Al-Mu'minien, seluruh santri baik putra maupun putri tinggal di asrama.⁶ Dimana para santri memiliki heterogenitas yang tinggi, memiliki latar kehidupan sosial ekonomi yang berbeda, berbeda asal daerah, bahasa, serta tingkatan umur. Meskipun demikian, para santri ini

⁵Rahma, *Hubungan Antara Penyesuaian Diri*, Jurnal Psikologi. Vol. 6 No. 2, (Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2016), hlm. 1.

⁶ Hasil wawancara dengan Ustadzah Nurqoyyam Salamah, 23 Mei 2019

memiliki rentang usia 12 atau 13 tahun sampai dengan 18 atau 19 tahun yang artinya mereka ini masih termasuk ke dalam kategori usia remaja.⁷ Lebih jauh, kategori remaja seringkali sulit didefinisikan melalui usia kronologisnya. Tapi bagi Gouws, Kruger dan Burger, remaja bisa dimasukkan ke dalam tiga kategorisasi yaitu pertama, usia remaja awal yang berkisar antara usia 11 sampai dengan 13 tahun. Kedua, remaja tengah yang berada di rentang usia 14 sampai 17 tahun. Ketiga, remaja akhir yang berada di rentang usia 18 sampai dengan 22 tahun.⁸

Seorang remaja yang berada pada rentang usia antara 12 sampai 15 tahun ini menempati proses transisi paling kritis. Dimana ia akan mulai mengalami berbagai perubahan di dalam dirinya yang memasuki usia remaja dan meninggalkan kebiasaan ataupun ciri khas kanak-kanak. Dalam hal ini, kelompok usia remaja yang juga mengalami masa transisi paling kritis yang bahkan menyebabkan munculnya berbagai permasalahan remaja adalah di Madrasah Tsanawiyah Al-Mu'minien Lohbener Indramayu.

Kewajiban untuk tinggal di pondok pesantren menuntut santri untuk menyesuaikan diri terhadap segala aktivitas, budaya dan kebiasaan yang ada di lingkungan pesantren, demi terciptanya lingkungan pesantren yang harmonis dan kondusif, pengurus pondok pesantren mewajibkan santri menaati seluruh kegiatan dan peraturan yang berlaku di dalam pondok pesantren. Disini santri baru di tuntut untuk menyesuaikan diri terhadap berbagai kondisi dan

⁷ Meidiana, Penyesuaian Diri Remaja, *Jurnal Psikologi* Vol. 6 No. 2, (Surabaya: Universitas Airlangga. 2013), hlm. 136.

⁸ Dalam Qonitatin, dkk, *Relasi Remaja – Orang Tua*, *Buletin Psikologi*. Vol. 28 No. 1 Tahun 2020, hlm. 31.

pengalaman yang akan mereka alami dalam lingkup kehidupan pondok pesantren.

Mengingat rentang usianya yang berada di usia peralihan dari anak-anak ke dewasa dini, anak-anak remaja ini memang memiliki karakteristik yang khas dan mendasar. Dimana mereka cenderung sedang memulai prosesnya mencari jati diri, dan mengalami berbagai perubahan peran termasuk juga soal fisik maupun mentalnya. Sehingga anak-anak usia remaja ini seolah-olah dipaksa untuk menyesuaikan diri terhadap segala aktivitas, budaya dan kebiasaan yang ada di lingkungan pesantren. Padahal selama ini mereka terbiasa berada di rumah dan bertemu dengan teman-temannya di sekolah. Kondisi inilah yang kemudian mendorong dimulainya proses adaptasi bagi anak-anak usia remaja tersebut untuk tidak hanya mengikuti proses pembelajaran dengan baik. Akan tetapi mereka juga mulai diperkenalkan dengan aktivitas lainnya secara mandiri. Bahkan dituntut untuk bisa menyesuaikan diri dengan berbagai kondisi dan pengalaman yang akan dialami dalam lingkup kehidupan pondok pesantren.⁹ Para santri juga diharuskan untuk mengikuti tata tertib peraturan yang diberlakukan di sekolah maupun di dalam pondok.

Sementara itu, di sisi yang lain, pihak pondok pesantren juga sudah harus siap untuk merekayasa lingkungan di mana anak-anak ini tinggal. Agar tercipta suasana yang lebih harmonis dan kondusif. Apalagi jika ditelisik, tidak mudah bagi pesantren untuk bisa menghasilkan peserta didik yang mandiri dan berdaya. Karena mereka tinggal jauh dari orang tua dan dituntut bisa

⁹Meidiana. *Penyesuaian Diri Remaja*. Jurnal Psikologi Vol. 2 No. 1, (Surabaya: Universitas Airlangga, 2013), hlm. 135.

menyelesaikan masalahnya secara mandiri baik dalam pelajaran ataupun mengerjakan pekerjaan sehari-hari. Selain itu juga agar para santri ini juga mampu melatih kedisiplinan diri sendiri, aktif, kreatif dan inovatif.¹⁰ Pesantren dalam hal ini harus bisa memainkan peran untuk membantu para santri agar mampu menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan pesantren, antara lain dengan memberi kesempatan bagi calon santri baru untuk melihat kondisi dan suasana pesantren, dan berusaha menciptakan asrama yang nyaman serta program kegiatan yang bertahap, masih banyak santri yang mengalami masalah dalam menyesuaikan diri terutama pada tahun pertama, sehingga hampir setiap tahun selalu ada santri yang keluar sebelum lulus atau tetap bertahan namun dalam kondisi terpaksa sehingga mengakibatkan santri menunjukkan perilaku yang tidak terarah dan prestasi akademik yang buruk.¹¹

Beberapa permasalahan yang sering dialami oleh santri pada tahun pertama tinggal di pondok pesantren adalah ketika santri rindu dengan orangtua, keluarga, dan teman-teman mereka yang berada di rumah, ada juga yang tidak betah tinggal di pondok. Permasalahan yang dialami santri tersebut merupakan contoh permasalahan dalam penyesuaian diri santri yang tinggal di pondok pesantren Al-Mu'minien pada tahun pertama.

Menurut Schneiders penyesuaian diri adalah usaha yang mencakup respon mental dan tingkah laku individu, yaitu individu berusaha keras agar mampu mengatasi konflik dan frustrasi karena terhambatnya kebutuhan dalam dirinya, sehingga tercapai keselarasan dan keharmonisan dengan diri atau

¹⁰Kementerian Agama, *Himpunan Pedoman*, (Bandung: Kemenag, 2013), hlm. 29.

¹¹Hasil wawancara dengan Ustadzah Nurqoyyam Salamah, 23 Mei 2019.

lingkungannya. Konflik dan frustrasi muncul karena individu tidak dapat menyesuaikan diri dengan masalah yang timbul pada dirinya. Selanjutnya menurut Gunarsa (2006), individu dengan penyesuaian diri yang rendah cenderung menarik diri dari lingkungan, sulit bergaul dengan orang-orang disekitarnya, memiliki sedikit teman, serta merasa rendah diri.

Dalam perspektif Islam penyesuaian diri tertuang dalam Al-Qur'an surat Al-Isra' ayat 15 yang berbunyi:

مَنْ اهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ ۚ وَمَنْ ضَلَّٰ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا ۚ وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ ۚ وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّىٰ نَبْعَثَ رَسُولًا

Artinya: "Barangsiapa yang berbuat sesuai dengan hidayah (Allah), maka sesungguhnya dia berbuat itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri; dan barangsiapa yang sesat maka sesungguhnya dia tersesat bagi (kerugian) dirinya sendiri. Dan seorang yang berdosa tidak dapat memikul dosa orang lain, dan Kami tidak akan mengazab sebelum Kami mengutus seorang rasul." (Q.S. Al-Isra': 15.)

Kandungan surat Al-Isra' ayat 15 di atas menjelaskan bahwa Allah SWT telah menerangkan dan mengingatkan kepada hamba-Nya untuk menyelamatkan dirinya sendiri sesuai dengan hidayah yang telah Allah SWT tunjukkan. Kemudian Allah juga telah mengingatkan kepada hamba-Nya yang melakukan atau memilih jalan sesat maka akan menimbulkan kerugian bagi dirinya sendiri. Hal ini terkait dengan proses penyesuaian diri yang dilakukan oleh manusia, bahwa dimanapun ia berada maka ia dituntun untuk dapat menyesuaikan diri dengan tempat tersebut. Sehingga manusia tersebut mampu memperoleh ketenangan di masa yang akan datang. Begitu juga santri yang

baru memasuki pondok pesantren dituntut untuk dapat menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan pondok pesantren, tidak hanya lingkungannya saja tetapi juga dengan segala aktivitas yang ada dalam pondok pesantren.

Terdapat dua jenis pondok pesantren di Indonesia, yaitu yang masih bersifat tradisional atau semi modern dengan pengajaran salaf (pengajaran AlQur'an sepenuhnya) dan pondok modern yang menggabungkan pengajaran agama dengan pengetahuan umum dan menggunakan sistem pengajaran modern. Pondok pesantren menggunakan sistem pembelajaran modern dengan menggunakan jadwal yang teratur. Pondok pesantren Al-Mu'minien merupakan pondok yang tergolong modern, karena pondok pesantren Al-Mu'minien mengkombinasikan ilmu agama dan ilmu umumnya serta memiliki jadwal yang terstruktur untuk melakukan aktivitas di dalam pondok pesantren. Peneliti melakukan penelitian di Pondok Pesantren Al-Mu'minien Lohbener Indramayu untuk mengetahui penyesuaian diri santri baru yang tinggal di pondok pesantren Al-Mu'minien. Memasuki lingkungan baru bagi santri menjadi sebuah stimulus yang terkadang menjadi penyebab munculnya berbagai permasalahan, salah satunya adalah penyesuaian diri. Santri yang baru mengenal lingkungan pesantren, dimana lingkungan ini memiliki karakteristik yang berbeda dengan lingkungan yang ditemui santri sebelumnya. Berawal dari lingkungan yang bersama dengan keluarga, kini jauh dari keluarga. Hal ini membuat santri harus mampu menyesuaikan diri agar dapat bertahan dan dapat

menyelesaikan pendidikannya di Pondok Pesantren Al-Mu'minien Lohbener Indramayu, dalam kurun waktu minimal 3 (tiga) tahun.¹²

Hubungan dalam relasi sosial merupakan hubungan yang sifatnya timbal balik antar individu yang satu dengan individu yang lain dan saling mempengaruhi. relasi sosial atau hubungan sosial yang terjalin antara individu yang berlangsung dalam waktu yang relatif lama akan membentuk suatu pola, pola hubungan ini juga disebut sebagai pola relasi sosial. 20 Manusia ditakdirkan sebagai makhluk pribadi dan sekaligus sebagai makhluk sosial. Sebagai makhluk pribadi, manusia berusaha mencukupi semua kebutuhannya untuk kelangsungan hidupnya. Dalam memenuhi kebutuhannya manusia tidak mampu berusaha sendiri, mereka membutuhkan orang lain. Itulah sebabnya manusia perlu berelasi atau berhubungan dengan orang lain sebagai makhluk sosial. Sebagai makhluk sosial dalam rangka menjalani kehidupannya selalu melakukan relasi yang melibatkan dua orang atau lebih dengan tujuan tertentu. Hubungan sosial merupakan interaksi sosial yang dinamis yang menyangkut hubungan antar individu, antar kelompok, ataupun antara individu dengan kelompok. Hubungan sosial atau relasi sosial merupakan hubungan timbal balik antar individu yang satu dengan individu yang lain, saling mempengaruhi dan didasarkan pada kesadaran untuk saling menolong. Relasi sosial merupakan proses mempengaruhi diantara dua orang atau lebih.¹³

Pada khazanah psikologi, relasi sosial merupakan salah satu kajian pokok. Mental manusia yang dimanifestasikan dalam aspek kognisi, emosi,

¹² Hasil wawancara dengan Ustadzah Nurqoyyam Salamah, 23 Mei 2019

¹³ Faturochman, *Psikologi Relasi Sosial*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2018) hlm. 11

dan perilaku sejatinya selalu muncul ketika individu berinteraksi dengan pasangan relasinya. Individu akan memprediksi konsekuensi dari perilaku yang akan ditampilkannya kepada individu lain, akan menarik asumsi atas perilaku individu lain, akan terbawa arus emosi individu lain, akan mengidentifikasi situasi individu lain, dan lain sebagainya. Maka pada dimensi impersonal, mental manusia hanya dapat dipresentasikan melalui eksistensi individu lain, baik sebagai pasangan relasi maupun pasangan interaksi.¹⁴

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis akan mengangkat penelitian dengan judul **“Kemampuan Penyesuaian Diri dalam Membangun Relasi Sosial Positif Siswa MTs Al-Mu’minien Lohbener Indramayu”** dalam penelitian ini.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka fokus masalah dalam penelitian ini adalah terkait penyesuaian diri terutama dalam kajian tentang penyesuaian diri pada siswa kelas VII MTs AL-Mu’minien Lohbener Indramayu. Adapun rumusan masalah yang penulis angkat antara lain sebagai berikut:

- a. Bagaimana proses penyesuaian diri yang dialami oleh siswa MTs Al-Mu’minien?
- b. Bagaimana analisa terkait faktor-faktor pembentuk relasi sosial positif siswa MTs Al-Mu’minien?

¹⁴ Ibid. hlm11

- c. Bagaimana upaya mereka dalam mengatasi masalah dan kesulitan beradaptasi?

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini antara lain:

- a. Mengembangkan pemahaman dan menjelaskan tentang proses penyesuaian diri yang dilakukan para siswa MTs Al-Mu'minien.
- b. Memahami dan menjelaskan faktor-faktor pembentuk relasi sosial positif pada siswa Kelas VII MTs Al-Mu'minien Lohbener Indramayu.
- c. Memahami dan menjelaskan tentang upaya serta strategi santri baru di MTs Al-Mu'minien Lohbener Indramayu untuk mengatasi tantangan, hambatan dan kesulitannya dalam beradaptasi serta membangun relasi sosial positif satu sama lainnya.

2. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat untuk mengembangkan kajian keilmuan baik secara teoritis maupun praktis kepada para ilmuwan ataupun praktisi yang fokus mengkaji pengembangan pendidikan serta ilmu pengetahuan.

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini berorientasi pada manfaat secara teoretis yang kemudian bisa dijadikan referensi ataupun masukan bagi

perkembangan ilmu pengetahuan dan menambah kajian ilmu psikologi untuk mengetahui bagaimana upaya penyesuaian diri.

b. Manfaat Praktis

Manfaat praktis, dapat memberikan masukan yang berarti bagi civitas akademika kampus dan Pondok Pesantren Al-Mu'minien Lohbener Indramayu agar memahami pentingnya penyesuaian diri terhadap santri baru. Selain tentu saja, untuk meningkatkan kualitas peserta didik dan pendidikan yang diterapkan.

D. Tinjauan Kepustakaan

Kajian kepustakaan digunakan sebagai salah satu langkah untuk menghindari pengulangan penelitian yang serupa. Selain itu, kajian kepustakaan juga penting dilakukan sebagai sarana untuk mengembangkan kajian keilmuan yang lebih kontemporer dan implikatif di bidang psikologi pendidikan Islam. Penulis menggunakan beberapa kajian kepustakaan antara lain sebagai berikut:

Pertama, penelitian yang pertama yang berhasil peneliti temukan adalah penelitian yang dilakukan oleh Aulia Rahma yang berjudul “Hubungan antara penyesuaian diri dengan kemandirian belajar siswa kelas X SMA *Excellent* Al-Yasini yang tinggal di Pondok Pesantren”. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui tingkat penyesuaian diri, tingkat kemandirian, dan hubungan antara penyesuaian diri dengan kemandirian belajar pada siswa kelas X SMA. Penelitian ini menggunakan paradigma penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Adapun sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X yang tinggal di Pondok Pesantren. Teknik pengambilan data

dalam penelitian ini menggunakan angket. Data yang diperoleh dari angket kemudian dianalisa validitas dan reliabilitasnya kemudian dikategorisasikan dan dilakukan analisis kolerasi *product moment*.¹⁵

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil analisa siswa kelas X SMA *Excellent Al-Yasini* memiliki tingkat penyesuaian diri yang sedang dengan prosentase 74% dan memiliki tingkat kemandirian belajar yang sedang dengan prosentase 69%. Taraf signifikan kedua variabel tersebut adalah 0.000 (<0.05) sehingga berkolerasi secara signifikan. Kolerasi antara penyesuaian diri dengan kemandirian belajar adalah 0.694 menunjukkan bahwa terjadi hubungan yang cukup signifikan antara penyesuaian diri dengan kemandirian belajar. Arah hubungan (r) adalah positif, artinya semakin tinggi tingkat dukungan penyesuaian diri maka semakin tinggi pula tingkat kemandirian belajar pada siswa kelas X SMA *Excellent Al-Yasini* yang tinggal di Pondok Pesantren.

Penelitian di atas memiliki persamaan dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu mengenai tema yang diteliti, sama-sama meneliti tentang penyesuaian diri. Sedangkan perbedaannya yaitu mengenai objek dan tempat yang diteliti. Penelitian yang akan peneliti lakukan lebih fokus ke santri yang baru masuk di pondok pesantren dan tempatnya juga berbeda dengan penelitian di atas.

Kedua, penelitian yang kedua yang berhasil peneliti temukan adalah penelitian dari Achlis Nurfuad yang berjudul “Meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa

¹⁵ Rahma, *Hubungan Antara Penyesuaian*, Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi Vol. 9 No. 2, (2016), hlm. 19.

kelas VIII B SMP N 2 Juwana Tahun 2012/2013". Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada siswa kelas VIII B dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok. Populasi dalam penelitian adalah siswa kelas VIII B SMP N 2 Juwana. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Sampel penelitian berjumlah 10 siswa terdiri dari 4 siswa berkriteria penyesuaian diri rendah dan sedang dan 2 siswa berkriteria penyesuaian diri tinggi. Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologi yang digunakan pada saat sebelum dan sesudah pemberian bimbingan kelompok. Teknik analisis data menggunakan uji *wilcoxon* dan deskriptif persentase.¹⁶

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa; pada hasil *pre-test* diperoleh rata-rata hasil sebesar 61,03% dari keseluruhan siswa mempunyai rata-rata penyesuaian diri positif dalam kriteria sedang dengan rata-rata persentase sebesar 60,96% dan penyesuaian diri negatif dari keseluruhan siswa menunjukkan kriteria sedang dengan persentase sebesar 61,46%. Setelah diberikan *treatment*, diperoleh hasil *post-test* sebesar 71,57% dari keseluruhan siswa mempunyai rata-rata penyesuaian diri positif dalam kriteria tinggi rata-rata prosentase 72,28% dan penyesuaian diri negatif dari keseluruhan siswa menunjukkan terjadi peningkatan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah pada semua siswa sebesar 10,54% setelah pemberian *treatment*. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa $J \text{ hitungan} \leq J \text{ tabel}$, artinya H_0 ditolak dan H_a diterima.

¹⁶ Nurfuad, *Meningkatkan Penyesuaian Diri*, (Semarang: Universitas Negeri Semarang, 2013), hlm. v.

Penelitian di atas memiliki persamaan dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu mengenai tema yang diteliti, sama-sama meneliti tentang penyesuaian diri. Sedangkan perbedaannya yaitu mengenai objek dan tempat yang diteliti.

Ketiga, jurnal berjudul “Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik pada Tahun Pertama” yang ditulis oleh Meidiana Pritaningrum dan Wiwin Hendriani. Jurnal ini diterbitkan di Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial Vol. 2 No. 03 Desember 2013. Jurnal ini menggambarkan tentang bentuk-bentuk perilaku penyesuaian diri remaja yang tinggal di pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik dan faktor yang mempengaruhinya. Penyesuaian diri dalam hal ini merujuk juga pada pemikiran Schneiders yang menjabarkan penyesuaian diri meliputi respon mental dan perilaku. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara melalui teknik analisis tematik. Hasil penelitian dalam jurnal ini menunjukkan bahwa subjek penelitian mengubah tingkah laku selama proses penyesuaian diri berlangsung. Hal ini terjadi karena adanya faktor edukasi dan pendidikan. Melibatkan pola hubungan sosial dan komunikasi di lingkungan pesantren yang membebaskan para santri untuk berinteraksi secara sosial.

Penelitian tersebut di atas, berbeda dengan penelitian ini karena melibatkan subjek, tempat dan waktu penelitian yang berbeda. Selain itu, penulis melakukan pendekatan penelitiannya berdasarkan berbagai aspek. Bukan hanya psikologi. Tapi lebih kepada konteks relasi sosial yang merupakan dampak dari adanya proses penyesuaian diri pada siswa MTs Al-Mu'minien.

Keempat, skripsi berjudul “Gambaran Penyesuaian Diri pada Santri Baru Pondok Pesantren Uswatun Hasanah” oleh Imam Mustakim pada Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara, 2019. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan kemampuan menyesuaikan diri pada santri baru Pondok Pesantren Uswatun Hasanah. Subjek yang digunakan berjumlah 150 orang yang dianalisis berdasarkan skala penyesuaian diri yang disusun berdasarkan karakteristik dan faktor penyesuaian diri. Hasil penelitian ini menunjukkan kemampuan penyesuaian diri pada santri baru termasuk tinggi. Selain itu, dukungan lingkungan, budaya, pengalaman santri dan strategi guru dalam mendidik menjadi faktor-faktor penunjang bagi suksesnya penyesuaian diri para santri baru.

Penelitian tersebut di atas, memiliki karakteristik mendasar dengan penulis yaitu sama-sama membidik santri baru. Akan tetapi, mengingat objek dan subjek penelitiannya berbeda, maka penelitian ini memiliki keunikannya tersendiri.

Kelima, skripsi berjudul “Hubungan Kemandirian dengan Penyesuaian Diri pada Santri baru di Pondok Pesantren Diniyyah Putri Lampung” yang ditulis oleh Nur Zahara, pada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, UIN Raden Intan Lampung tahun 2019. Penelitian ini menggunakan dua skala psikologi sebagai pendekatannya meliputi skala penyesuaian diri dan skala kemandirian. Subjek penelitian ini adalah santri di Pesantren Diniyyah Putri, Lampung, sebanyak 100 orang santri

yang ada di rentang usia 12 sampai 15 tahun. Hasil penelitian ini menunjukkan hasil yang signifikan antara kemandirian dengan penyesuaian diri santri.

Dengan demikian, meskipun di atas telah disebutkan adanya penelitian dengan tema yang serupa dengan penelitian yang peneliti lakukan, akan tetapi mengingat subjek, objek dan tempat penelitian yang berbeda. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang upaya menyesuaikan diri santri baru dengan santri lama dan sistem aturan pondok di MTs Al-Mu'minien Indramayu).

E. Kerangka Pemikiran

Fase remaja merupakan salah satu segmen terpenting dalam hidup seorang manusia. Mengingat di usia ini, seseorang mengalami masa transisi yang dapat diarahkan menuju sosok manusia dewasa yang sehat nantinya. Masa remaja yang seringkali diistilahkan dengan “*adolescence*”, berasal dari Bahasa Latin “*adolescere*” yang berarti “tumbuh” atau “menjadi dewasa”. Menjadi dewasa ini, tentu saja tidak hanya berkaitan dengan bertambahnya usia saja. Tapi juga melingkupi berbagai aspek lainnya termasuk kematangan mental, emosional, sosial maupun fisik.¹⁷

Terkait dengan kematangan mental, seorang remaja akan mengalami peningkatan kekuatan mental, kemampuan berpikir, mengingat dan memahami sesuatu. Berbekal hal inilah kemudian, seorang remaja biasanya akan mulai menaruh perhatiannya pada lingkungan di luar dirinya sendiri. Selain itu,

¹⁷Piaget dalam Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 1976), hlm. 206.

seorang remaja juga memiliki tugas-tugas perkembangan sesuai usianya.

Menurut Havighurst, tugas tersebut antara lain sebagai berikut:¹⁸

1. Menerima kenyataan bahwa seorang remaja memang pada hakekatnya mengalami perubahan fisik yang dialaminya dan dapat menjalankan perannya secara efektif dan merasa puas terhadap keadaan tersebut.
2. Belajar memiliki peranan sosial dengan teman sebaya, baik teman sejenis ataupun lawan jenis sesuai dengan jenis kelamin masing-masing.
3. Belajar memiliki kebebasan dari situasi ketergantungannya terhadap orang dewasa maupun orang tua di sekitarnya.
4. Mengembangkan kecakapan intelektual dan konsep-konsep tentang kehidupan bermasyarakat
5. Belajar mandiri secara finansial
6. Menentukan jenis pekerjaan sesuai minat, bakat dan kesanggupannya
7. Memahami dan mampu bertindak laku yang dapat dipertanggungjawabkan sesuai dengan norma-norma dan nilai-nilai yang berlaku.
8. Mencari informasi terkait pernikahan dan mempersiapkan diri untuk memasuki fase berkeluarga.
9. Mampu bersikap tepat sesuai dengan pandangan ilmiah.

Tugas perkembangan yang dimiliki oleh seorang remaja di atas, kemudian menempatkan remaja untuk mencapai berbagai kebutuhan mendasarnya. Menurut Edward, seorang remaja setidaknya membutuhkan

¹⁸Gunarsa dan Gunarsa, *Psikologi Praktik*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2001), hlm. 39.

beberapa hal berikut, *pertama*, kebutuhan untuk mencapai sesuatu. *Kedua*, kebutuhan akan rasa superior, ingin menonjol dan bahkan ingin terkenal. *Ketiga*, kebutuhan untuk mendapatkan penghargaan. *Keempat*, kebutuhan akan keteraturan. *Kelima*, kebutuhan untuk bebas menentukan sikap sesuai dengan keinginannya. *Keenam*, kebutuhan untuk menjalin hubungan persahabatan. *Ketujuh*, kebutuhan untuk menyatakan sikap empatinya. *Kedelapan*, kebutuhan mencari bantuan dan simpati. *Kesembilan*, keinginan untuk menguasai tapi tidak ingin dikuasai. *Kesepuluh*, menganggap diri sendiri rendah. *Kesebelas*, adanya kesediaan untuk membantu orang lain. *Keduabelas*, kebutuhan akan adanya variasi dalam kehidupan. *Ketigabelas*, adanya sikap ulet dalam melaksanakan tugas. *Keempatbelas*, kebutuhan untuk bergaul dengan lawan jenis. *Kelimabelas*, adanya sikap suka mengkritik orang lain.¹⁹

Perubahan fisik yang dialami oleh seorang remaja ditandai dengan perkembangan seks sekundernya yaitu yang berkaitan dengan perubahan perilaku maupun hubungan sosialnya dengan lingkungan. Perubahan tersebut menandai munculnya maturasi seksual, melalui beberapa tahapan berupa perkembangan fungsi fertilitas, laki-laki dengan spermatogenesisnya, sementara perempuan dengan ovulasinya.²⁰ Selain ciri-ciri tersebut, seorang remaja juga akan mengalami berbagai perubahan lainnya seperti tumbuhnya kumis dan janggut, jakun, perubahan suara, bahu dan dada yang semakin lebar, dan lain sebagainya.

¹⁹ Argiati, *Perilaku Agresif*, (Yogyakarta: Pascasarjana UGM, 2010), hlm. 75-76.

²⁰ Jannah, *Remaja*, Jurnal Psikoislamedia, Vol. 1 No. 1 April 2016, hlm. 246.

Usia remaja merupakan fase paling kritis yang dialami oleh seseorang. Seorang psikolog bernama G. Stanley Hall bahkan menyebutkan bahwa “*adolescence is a time of ‘storm and stress’*”.²¹ Statemen Hall yang menjelaskan bahwa usia remaja seperti sebuah fase di mana seseorang merasakan badai di hidupnya dan ini memungkinkan munculnya tekanan jiwa. Apalagi seorang anak dalam fase ini mengalami berbagai perubahan baik fisik, intelektual, dan emosi yang menyebabkannya merasa sedih dan bimbingan, yang tidak menutup kemungkinan akan membuatnya terjebak di dalam pusaran konflik di hidupnya. Meski tidak semua remaja akan mengalami hal tersebut. Karena hal ini ditentukan oleh kemampuan masing-masing anak dalam menyesuaikan dirinya secara pribadi maupun sosial.

Teori yang berbicara tentang penyesuaian diri berasal dari Schneiders. Menurut Scheiders²² adaptasi seseorang bisa didekati setidaknya dari tiga perspektif yang berkaitan dengan bentuk adaptasi, konformitas ataupun menguasai. Lebih jauh, Calhoun dan Acocella²³ menjabarkan bahwa penyesuaian diri merupakan sebuah hasil dari interaksi individu yang terjadi secara terus-menerus dengan dirinya sendiri, dengan orang lain dan dengan lingkungan sekitar tempat individu hidup.

Penyesuaian diri merupakan suatu konstruk psikologi yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri. Terminologi ini didukung juga melalui pernyataan Schneiders (1964) yang menjelaskan bahwa

²¹Ibid.

²² Dalam Ali dan Asrori, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2006), hlm. 173-175.

²³ Calhoun dan Acocella, *Psikologi*, (Semarang: IKIP Semarang Press, 1995), hlm 13.

penyesuaian diri diyakini sebagai suatu proses yang mencakup respons mental dan perilaku yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keseimbangan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar dan lingkungan tempat individu berada.²⁴ Schneiders juga mendefinisikan penyesuaian diri dapat ditinjau dari 3 sudut pandang, yaitu penyesuaian diri sebagai bentuk adaptasi (*adaptation*), penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (*conformity*), dan penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*). Namun semua itu mulanya penyesuaian diri sama dengan adaptasi.²⁵ Adapun aspek-aspek penyesuaian diri yang dipinjam dari perspektif Schneiders antara lain:

a. Kontrol terhadap emosi yang berlebihan

Individu mengontrol emosinya dalam menghadapi suatu masalah dengan cerdas dan dapat menentukan berbagai alternatif penyelesaian masalah.

b. Mekanisme pertahanan diri yang minimal

Menekankan pada penyelesaian masalah dengan melalui serangkaian mekanisme pertahanan diri dan tindakan nyata untuk mengubah suatu kondisi.

c. Frustrasi personal yang minimal

²⁴Schneiders dalam Sharen, *Remaja*, Jurnal psikologi, (Surakarta: Universitas Sebelas Maret, 2014), hlm. 99.

²⁵Hurlock dalam Sofiah, *Religiusitas*, Jurnal Psikologi Vol. 7 No.2, (Surabaya: Universitas 17 Agustus 1945, 2012), hlm. 565.

Meminimalkan frustrasi yang dapat memunculkan perasaan tidak berdaya dan mengakibatkan individu mengalami kesulitan dalam kemampuan berpikir.

d. Pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri

Menekankan pada individu yang berpikir dan mempertimbangkan masalah serta mengorganisasi pikiran, tingkah laku, dan perasaan untuk jalan keluar.

e. Kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu

Pengalaman dirinya maupun pengalaman orang lain dapat menjadi proses belajar individu dengan melakukan analisis faktor-faktor yang dapat membantu dan mengganggu penyesuaiannya.

f. Sikap realistis dan objektif

Sikap realistis dan objektif bisa didapatkan dari pemikiran yang rasional, kemampuan menilai situasi dengan apa yang terjadi sebenarnya.²⁶

Sementara itu, ada faktor yang diyakini dapat mempengaruhi penyesuaian diri (Schneiders, 1993) mengemukakan faktor-faktor kondisi fisik, kepribadian, pendidikan, lingkungan, agama dan budaya sebagai faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri.²⁷ Selain itu, terdapat beberapa ciri

²⁶Schneiders dalam Sharen, *Remaja*, Jurnal Psikologi Vol. 7 No. 13, (Surakarta: Universitas Sebelas Maret, 2014), hlm. 100.

²⁷ Ribka, *Metakognisi*, Jurnal Psikologi Vol. 3 No. 1, (Malang: Universitas Merdeka Malang, 2013), hlm. 657-658.

penyesuaian diri yang diyakini berjalan efektif. Antara lain adalah sebagai berikut:

a. Memiliki persepsi yang akurat terhadap realita

Persepsi ataupun pemahaman orang terhadap realita berjalan secara berbeda-beda, meskipun demikian realita yang dihadapi justru sama. Perbedaan persepsi yang terjadi ini pada dasarnya dipengaruhi oleh masing-masing orang yang tentunya akan berbeda dalam menghadapi realita, tapi orang yang memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri cenderung memiliki persepsi yang relatif dalam memahami realita yang terjadi.²⁸

b. Memiliki gambaran diri yang positif terhadap dirinya sendiri

Pandangan individu terhadap dirinya justru menjadi indikasi paling nyata yang mencerminkan kapasitasnya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan. Pandangan seseorang terhadap dirinya sendiri akan lebih merujuk pada bagaimana ia mengelola keharmonisan hubungan sosial yang terjadi atau justru apakah ia melihat gejala penyebab munculnya konflik yang ada di dalam dirinya. Karena itu, seseorang yang terlalu memandang negatif terhadap dirinya sendiri justru mengindikasikan kurang cakap atau terampil dalam menyesuaikan diri.

c. Memiliki kemampuan untuk mengungkapkan perasaannya

Orang yang bisa menyesuaikan dirinya justru memiliki kehidupan emosi yang dianggap sehat. Orang tersebut mampu menyadari ataupun

²⁸Ibid.

merasakan emosi atau perasaan yang saat itu dialami serta mampu untuk mengekspresikan perasaan dan emosinya secara baik. Salah satu ciri emosi yang sehat adalah ketika seseorang mampu merespon emosi secara realistis dan tetap berada di bawah kontrol sesuai dengan situasi yang dihadapi.²⁹

d. Memiliki relasi interpersonal yang baik

Seseorang yang memiliki kemampuan beradaptasi dan menyesuaikan diri secara baik akan lebih mudah membangun hubungan sosialnya secara baik juga. Dia mampu bertindak laku secara berbeda, terhadap orang yang berbeda. *Treatment* ini dilakukan kepada orang lain sebagai bentuk menikmati, menyukai ataupun menghargai orang lain.³⁰

e. Kemampuan untuk beradaptasi dengan tekanan ataupun stress dan gangguan kecemasan

Pada prinsipnya, seseorang yang memiliki kemampuan beradaptasi dan menyesuaikan diri secara baik akan lebih membantunya untuk mengatasi tekanan ataupun stress dan gangguan kecemasan. Dia tidak akan mungkin menghindari masalah, konflik ataupun tekanan dari orang lain. Justru ia dengan mudah mampu belajar menoleransi tekanan dan kecemasan yang dialaminya. Selama itu dilakukan dalam rangka mencapai tujuan tertentu yang lebih penting.³¹

²⁹ Ribka, *Metakognisi*, Jurnal Psikologi Vol. 3 No. 1, (Malang: Universitas Merdeka Malang. 2013), hlm. 657-658.

³⁰Ibid.

³¹Ibid.

Penyesuaian diri yang diyakini sebagai suatu proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan seperti kita ketahui bahwa penyesuaian yang sempurna tidak pernah dicapai. Penyesuaian yang sempurna terjadi jika manusia atau individu selalu dalam keadaan seimbang antara dirinya dengan lingkungannya dimana tidak ada lagi kebutuhan yang tidak terpenuhi. Seseorang dikatakan mempunyai kepuasan dalam usahanya memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan, bebas dari berbagai simptom yang mengganggu (seperti kecemasan kronis, kemurungan, depresi, obsesi atau gangguan psikosomatis yang dapat menghambat tugas seseorang) frustrasi, dan konflik. Adapun lingkungan yang dapat mendukung proses penyesuaian diri antara lain sebagai berikut:

a. Lingkungan keluarga

Kedekatan individu dengan keluarga merupakan kebutuhan pokok untuk perkembangan jiwa dan sangat berpengaruh terhadap kemampuan menyesuaikan diri. Orangtua yang memperhatikan dan mengawasi anak-anaknya dengan baik, maka anak-anaknya akan merasa mendapat kehangatan, kebahagiaan, dan rasa aman. Banyak hal yang dipelajari dalam lingkungan keluarga, seperti belajar menghargai orang lain, belajar cara bergaul dan berinteraksi dengan orang lain, mempelajari adat dan kebiasaan serta norma dalam kehidupan sehari-hari.

b. Lingkungan Teman Sebaya.

Hubungan yang erat dalam lingkungan teman sebaya merupakan hal yang penting bagi penyesuaian diri yaitu individu merasa nyaman dengan

teman-temannya. Seorang anak dapat mencurahkan perasaannya, pemikiran, cita-cita dan dorongan.

c. Lingkungan Sekolah

Sekolah adalah tempat untuk mencari ilmu pengetahuan, informasi, dan tanggung jawab pendidikan. Guru atau dosen adalah pendidik dalam pembentukan kehidupan individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dengan cara menyusun program pendidikan sesuai dengan perkembangan. Proses pendidikan menciptakan penyesuaian individu dengan norma-norma yang berlaku di lingkungan sesuai kepentingan perkembangan seseorang.

Adapun faktor-faktor penyesuaian diri menurut Schneiders ada dua yaitu faktor internal dan eksternal. Berikut ini penjelasan dari masing-masing faktornya, antara lain:

a. Faktor Internal

1. Motif, yaitu motif-motif sosial seperti motif berprestasi
2. Konsep diri, yaitu cara memandang dirinya sendiri. Seseorang dengan konsep diri tinggi akan memiliki kemampuan untuk melakukan penyesuaian diri dibanding dengan seseorang dengan konsep diri rendah, pesimis, atau kurang yakin terhadap diri sendiri.
3. Persepsi, yaitu pengamatan dan penilaian terhadap diri sendiri
4. Sikap, yaitu kecenderungan untuk berperilaku positif dan negatif. Seseorang yang bersikap positif akan lebih mudah melakukan penyesuaian diri yang baik daripada seseorang yang bersikap negatif.

5. Intelegensi dan minat, intelegensi sebagai modal untuk menalar dan menganalisis menjadi dasar dalam penyesuaian diri. Faktor minat, apabila seseorang telah memiliki minat terhadap sesuatu, maka proses penyesuaian diri akan lebih cepat.

b. Faktor Eksternal

1. Keluarga, dalam hal ini terutama pola asuh orangtua, pola asuh demokratis dengan suasana terbuka akan lebih memberikan peluang bagi seseorang untuk melakukan proses penyesuaian diri.
2. Kondisi sekolah, kondisi sekolah yang sehat akan membantu seseorang untuk dapat menyesuaikan diri secara harmonis
3. Kelompok teman sebaya, kelompok teman sebaya akan dapat membantu pengembangan proses penyesuaian diri pada seseorang.
4. Prasangka sosial, kecenderungan sebgaiian orang yang berprasangka terhadap seseorang, misalnya memeberi label nakal, sulit diatur, dan suka menentang.

Faktor-faktor tersebut di atas menentukan kecepatan seseorang dalam beradaptasi dengan lingkungannya. Tergantung pada kondisi harmonis yang terjadi di antara keduanya. Selain tentu saja ditentukan juga oleh bagaimana kemampuan seorang anak dalam menghadapi timbulnya konflik, tekanan ataupun rasa frustrasi yang dimiliki. Semakin tinggi kemampuan anak tersebut

untuk mengendalikan diri dan lingkungannya, maka semakin tinggi pula proses adaptasinya bisa berhasil. Apalagi keberhasilan ini melibatkan beberapa faktor internal seperti kendali diri, konsep diri, motif, persepsi, sikap, tingkat inteligensi dan minat.

Relasi Sosial Positif

Pemahaman tentang relasi banyak diungkapkan dalam berbagai istilah. Relasi merupakan sebagai suatu interaksi. bahwa relasi mencakup: (a) adanya pola interaksi, (b) terdiri dari dua orang atau lebih; (c) ada saling pengaruh, baik dalam pikiran, perasaan, dan perilaku, dan (d) berlangsung dalam waktu yang lama, bahkan di waktu yang akan datang. Relasi merupakan konsep umum yang banyak dibicarakan dalam ilmu psikologi, seperti relasi manusia, relasi sosial, atau pun relasi interpersonal. Jenisnya beragam, antara lain relasi orang tua dengan anak, relasi pasangan, relasi antar rekan kerja, relasi pertemanan, relasi tetangga, dan lain sebagainya. Khusus pada relasi di dalam keluarga, setiap relasi di antara anggota keluarga pun memiliki karakteristik yang unik, seperti relasi ketika anak menginjak pada masa remaja. Karena masa remaja adalah suatu periode ketika remaja mencari jati diri. Remaja akan mengalami berbagai perubahan yang dapat memberikan transformasi dan re-organisasi dalam relasi keluarga. Dalam menghadapi perubahan relasi, orang tua harus mampu mengatur relasi saling ketergantungan di dalam sistem keluarga dan jaringan sosial untuk sistem sosial di luar keluarga.³²

³² Novi Qonitatin, Relasi Remaja - Orangtua Dan Ketika Teknologi Masuk Di Dalam nya, *Jurnal Psikologi*, Vol. 28, No, 1, hlm. 29

Remaja sering kali sulit untuk didefinisikan melalui usia kronologis, akan tetapi menurut Gouws, Kruger, dan Burger (2008) dapat dibagi menjadi tiga klasifikasi, yaitu (1) remaja awal yang berkisar antara 11 sampai 13 tahun; (2) remaja tengah yang berada pada usia 14 sampai 17 tahun; dan (3) remaja akhir yang berada pada usia 18 sampai dengan 22 tahun. Masa remaja dikenal sebagai masa peralihan atau masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Masa ini juga disebut dengan masa kritis yang ditampilkan dengan munculnya masalah-masalah perilaku dan penyesuaian yang umum terjadi pada remaja, dan mereka dituntut untuk dapat memahami dan menerima perubahan-perubahan yang terjadi pada remaja berikut penyesuaian dan penyelesaian tugas perkembangannya. Konflik dalam relasi pun ditemukan secara temporer meningkat ketika anak beranjak remaja. Dari berbagai referensi ditemukan bahwa aspek relasi secara umum terdiri dari social network, social support, dan sense of control.³³

Secara umum, psikologi memetakan relasi sosial ke dalam tiga domain.

1. Relasi Interpersonal

Relasi interpersonal merupakan hubungan antara satu individu dengan individu lain. relasi interpersonal dikategorikan menjadi tiga bentuk. Pertama, relasi komunal menekankan kesatuan tanpa terdiferensiasi, seperti pertemanan. Kedua, relasi kolegal menekankan kesetaraan yang kerap kali ditandai dengan adanya pertukaran secara adil, seperti relasi antara karyawan. Ketiga, relasi hierarkis menekankan otoritas dan kuasa individu terhadap individu lain, seperti relasi antara orangtua dengan anak. Relasi komunal dimanifestasikan melalui berbagai jenis

³³ Ibid

relasi interpersonal, namun yang paling menonjol ialah pertemanan. Berdasarkan perspektif psikologis, pertemanan dibangun atas dasar ketulusan. Sepenuhnya individu mempunyai kehendak bebas untuk memilih pasangan teman, tanpa dibatasi usia, status, jabatan, budaya, ataupun jenis kelamin. Demikian juga ketika menjalin pertemanan, individu mempunyai kebebasan untuk menolong, mempercayai, menghormati, ataupun menjaga rahasia pasangan teman.³⁴

2. Dinamika Kelompok

Dinamika kelompok berfokus pada relasi antaranggota dalam sebuah kelompok, baik skala besar maupun kecil. Sekurangnya terdapat dua kajian yang signifikan untuk diketahui, yaitu relasi antaranggota suatu kelompok dan konsep rukun. Kajian relasi antaranggota kelompok berfokus pada identifikasi model relasi, konteksnya ialah komunitas hijabers. Seperti halnya kajian pertemanan, relasi antaranggota komunitas merefleksikan relasi komunal yang ditandai dengan adanya kedekatan dan kenyamanan. Relasi yang kuat antaranggota akan menumbuhkan rasa memiliki dan komitmen terhadap kelompoknya. Namun demikian, relasi komunal bukan satu-satunya model yang muncul, melainkan juga memungkinkan adanya Model relasi lain. Misalnya, pertukaran sebagai model relasi sekunder antaranggota komunitas hijabers. Hal tersebut cukup logis, mengingat mayoritas anggota komunitas ini bekerja di bidang wirausaha. Maka model relasi sekunder akan berbeda pada kelompok atau komunitas lain, walaupun model relasi utamanya ialah komunal.³⁵

³⁴ Faturochman, *Psikologi Relasi Sosial*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2018) hlm. 11

³⁵ Ibid. hlm. 11

3. Relasi Antarkelompok

Konflik antarkelompok di Indonesia salah satu yang paling menonjol disebabkan karena perbedaan identitas etnis dan religius, yang kemudian kerap kali ikut meyeret faktor lainnya. Jika kita menapaki jejak historis, bahwa dahulu nusantara terdiri dari beragam bangsa dengan kerajaan-kerajaan kecil di daerahnya masing-masing dan yang kemudian diperkuat dengan arus sejarah lainnya, maka tidak heran jika hingga saat ini etnisitas dan religiusitas jauh lebih menonjol daripada identitas nasional yang masih sulit diidentifikasi. Konsekuensinya, konflik kerap kali terjadi dalam skala besar dengan jumlah korban kematian yang signifikan. Tidak hanya konflik berskala besar, konflik berskala kecil pun kerap terjadi di Indonesia. Misalnya, tawuran antarpelajar sekolah. Jelas konflik semacam ini tidak dilatarbelakangi identitas etnis ataupun religius, melainkan hal yang lebih dangkal. Namun demikian, konflik tetaplah konflik, yang selalu berujung pada kerugian baik bersifat fisik maupun psikologis. Adanya perbedaan konflik skala besar dan kecil mengindikasikan perlunya resolusi konflik dan proses perdamaian dengan strategi yang berbeda pula. Bedanya, resolusi konflik skala besar memerlukan upaya masif dari berbagai pihak dengan proses yang panjang dan bertahap, sementara konflik skala kecil memerlukan upaya perdamaian yang cukup praktis.³⁶

F. Metode Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, dimana peneliti instrumen kunci, teknik

³⁶ Faturochman, *Psikologi Relasi Sosial*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2018) hlm. 11

pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan dari wawancara, observasi dan dokumentasi), analisis data bersifat induktif dan hasil penelitian menekankan pada makna. Terkait obyek alamiah (sehingga disebut juga metode naturalistik) ini merujuk pada obyek yang apa adanya tanpa dimanipulasi oleh peneliti sehingga kondisi pada saat memasuki obyek, setelah berada di dalam obyek dan setelah keluar dari obyek relatif tidak berubah.³⁷

Adapun jenis penelitian ini adalah jenis penelitian studi kasus, studi kasus adalah studi yang mengeksplorasi suatu masalah dengan batasan terperinci, memiliki pengambilan data yang mendalam, dan menyertakan berbagai sumber informasi. Penelitian ini dibatasi oleh waktu dan tempat, dan kasus yang dipelajari berupa program, peristiwa, aktivitas, atau individu. Penelitian ini memusatkan diri secara intensif pada suatu obyek tertentu yang mempelajarinya sebagai suatu kasus. Data kasus dapat diperoleh dari semua pihak yang bersangkutan, dengan kata lain, data dalam studi ini dikumpulkan dari berbagai sumber.³⁸

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Al-Mu'minien dengan studi kasus kasus penyesuaian diri santri baru terhadap santri lama dan aturan Pondok Pesantren di Pondok Pesantren Al-Mu'minien Lohbener Indramayu. Oleh karena itu, kesimpulan dan hasil penelitian ini hanya berlaku pada lembaga yang bersangkutan dan tidak dapat digeneralisasikan pada lembaga lain.

³⁷Rusli, *Metode Penelitian*, (Sumenep: LP3M Paramadani, 2011), hlm, 170.

³⁸ Ibid.

Bentuk aplikasi dari uraian tersebut adalah penelitian ini dilakukan dengan cara mendeskripsikan secara sistematis dan faktual mengenai gambaran tentang penyesuaian diri santri baru terhadap santri lama dan aturan pondok dan juga memberikan kendala-kendala yang ditemukan oleh pondok pesantren dalam menangani santri baru di Pondok Pesantren Al-Mu'minien.

1. Lokasi Penelitian

Sesuai dengan judul di atas, penelitian ini berlokasi di Madrasah Tsanawiyah Al-Mu'minien yang merupakan bagian dari institusi pendidikan resmi yang ada di bawah naungan Pondok Pesantren Al-Mu'minien Lohbener, Kabupaten Indramayu. Dilokasi inilah penelitian akan dilakukan dan peneliti hanya memfokuskan pada masalah upaya menyesuaikan diri santri baru terhadap santri lama dan aturan pondok yang diterapkan di Pondok Pesantren Al-Mu'minien.

2. Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

a. Data primer

Data primer merupakan data yang disajikan dalam bentuk verbal atau kata-kata yang diucapkan secara lisan, perilaku subjek yang dapat dipercaya dalam pengambilan data serta menghadirkan informan yang berhubungan dengan pengambilan data.³⁹ Adapun data primer dalam penelitian ini diperoleh dari sumber individu atau

³⁹Rusli, *Metode Penelitian*, (Sumenep: LP3M Paramadani, 2011), hlm, 170.

perseorangan yang terlibat langsung dalam permasalahan yang akan diteliti. Adapun sumber data utama penelitian ini didapat dari:

1. Majelis Pertimbangan Organisasi (MPO) Pondok Pesantren Al-Mu'minien
2. *Asatidz* dan *Asatidzah* Pondok Pesantren Al-Mu'minien yang dalam hal ini berperan sebagai pendidik yang berperan aktif dalam proses penyesuaian diri santri baru
3. Beberapa santri baru yang saat ini masih aktif dalam melakukan kegiatan di Pondok Pesantren Al-Mu'minien. Jumlah sampel yang diambil adalah 1 orang murid laki-laki kelas VII, 1 orang murid perempuan kelas VII, 1 orang murid laki-laki kelas VIII, 1 orang murid perempuan kelas VIII, 1 orang murid laki-laki kelas IX, 1 orang murid perempuan kelas IX.

b. Data sekunder

Sumber data sekunder merupakan sumber pendukung yang diperoleh melalui pendokumentasian (notulensi dan lain-lain) serta foto, film, video, rekaman yang dapat memperkaya data primer.⁴⁰

Adapun sumber data sekunder penelitian ini didapat dari:

1. Wali santri Pondok Pesantren Al-Mu'minien
2. Buku Absensi kelas untuk mengetahui jumlah santri yang masih belajar di Pondok.

3. Teknik Pengumpulan Data

⁴⁰Ibid.

Teknik pengumpulan data yang digunakan antara lain sebagai berikut:

a. Observasi atau pengamatan secara langsung

Observasi merupakan pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap kegiatan yang tampak pada objek penelitian.⁴¹

Observasi dilakukan untuk memperoleh gambaran umum mengenai karakteristik gambaran masyarakat guna menghimpun informasi yang penting yang kemudian akan disajikan sebagai data penelitian yang mendukung.⁴² Observasi ini berasal dari aktivitas kehidupan sehari-hari baik sebelum, menjelang maupun sesudah terjadinya fenomena sesuai dengan penelitian yang dikaji. Observasi dalam penelitian ini dilakukan melalui pengamatan dan pencatatan secara langsung. Dalam hal ini peneliti berperan langsung sebagai pengumpul data mengadakan observasi langsung yaitu melakukan pengamatan kepada santri terutama santri baru dalam hal penyesuaian diri terhadap aturan Pondok

b. Wawancara Mendalam (*Indepth Interview*)

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data dengan cara wawancara atau tanya jawab secara langsung pada satu atau beberapa orang yang bersangkutan.⁴³ Dalam hal ini peneliti melakukan wawancara wawancara secara mendalam dilakukan untuk mengajukan pertanyaan-pertanyaan terbuka, yang memungkinkan

⁴¹ Lihat Tanzeh, *Metodologi Penelitian Praktis*, (Yogyakarta: Teras, 2011), hlm. 84.

⁴² Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Rosda, 2013), hal 83.

⁴³ Ibid. hal 83.

untuk subjek informan memberikan jawaban secara luas. Pertanyaan yang dilontarkan bermaksud untuk menjalin hubungan dengan informan agar mengarahkan pada fokus yang diteliti.⁴⁴

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan pengumpulan data dengan melihat dan menghimpun dokumen baik secara tertulis, gambar ataupun berupa elektronik.⁴⁵ Dokumentasi yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk foto, file, dokumen yang diperoleh baik secara *online* maupun langsung sebagai penguat sumber data yang diperlukan.

4. Teknik Analisis Data

Setelah data-data terkumpul akan diseleksi dan dianalisis, yang akhirnya akan tersusun instrumen penelitian. Instrumen tersebut disusun berdasarkan data yang didapatkan di lapangan dalam bentuk narasi deskripsi.⁴⁶ Data yang diperoleh dari penelitian kualitatif ini disajikan dalam bentuk narasi deskriptif kualitatif, dengan mencari kesamaan dan perbedaan informasi yang didapatkan melalui wawancara, observasi atau dokumentasi. Persamaan dan perbedaan tersebut perlu dilakukan untuk menangkap makna ataupun esensi hal yang dibutuhkan dalam penggalan informasi sesuai dengan kenyataan yang terjadi di lapangan. Hal ini perlu dilakukan melalui *pertama*, mendeskripsikan fenomena yang terjadi dalam penelitian. *Kedua*, membedakan masalah yang bertujuan untuk

⁴⁴Ibid.

⁴⁵Ibid.

⁴⁶Ibid.

membandingkan beberapa fenomena yang ada. *Ketiga*, mencari hubungan yang mendukung data, baik dalam bentuk teori atau fenomena yang memiliki kedudukan sejajar.⁴⁷

Lebih jauh, Miles dan Huberman menyatakan bahwa ada tiga macam kegiatan dalam analisis data kualitatif, yaitu:⁴⁸

a. Reduksi Data

Reduksi data merujuk pada proses pemilihan, pemokusan, penyederhanaan, abstraksi, dan mentransformasikan data yang didapatkan dari lapangan. Proses mereduksi data ini perlu dilakukan secara kontinu mulai dari penemuan di lapangan sampai penulisan penelitian ini selesai.

Dalam mereduksi data berarti peneliti harus merangkum, memilih hal-hal yang pokok, dan memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian, data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan.

b. Display Data

Setelah data direduksi, langkah analisis selanjutnya adalah penyajian perorganisasian, tersusun dalam pola hubungan, sehingga makin mudah dipahami, penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk uraian naratif, bagan, hubungan antara kategori,

⁴⁷ Arikunto, *Prosedur Penelitian*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1992), hal. 281-282.

⁴⁸ Emzir, *Analisis Data*, (Jakarta: Rajawali Press, 2012), hlm. 129-133.

diagram alur, dan lain selanjutnya. Penyajian data dalam bentuk-bentuk tersebut akan memudahkan peneliti memahami apa yang terjadi dan merencanakan kerja penelitian selanjutnya.

c. Penarikan/Verifikasi Kesimpulan

Langkah berikutnya dalam proses analisis data kualitatif adalah menarik kesimpulan berdasarkan temuan dan melakukan verifikasi data. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila ditemukan bukti-bukti kuat yang mendukung tahap pengumpulan data berikutnya. Proses untuk mendapatkan bukti-bukti inilah yang disebut sebagai verifikasi data. Apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal didukung oleh bukti-bukti yang kuat dalam arti konsisten dengan kondisi yang dikemukakan saat peneliti kembali ke lapangan maka kesimpulan yang diperoleh merupakan kesimpulan yang kredibel.

5. Teknik Validitas Data

Proses validitas data dalam penelitian kualitatif deskriptif dilakukan dengan cara triangulasi. Teknik ini pada hakikatnya merupakan pendekatan yang digunakan oleh peneliti saat mengumpulkan ataupun menganalisis data. Teknik ini digunakan oleh peneliti untuk memperoleh kebenaran yang baik dari beragam sudut pandang. Hal ini dilakukan untuk mengurangi bias saat proses pengumpulan dan analisis data. Karena itu, triangulasi sangat tergantung pada kualitas penelitiannya termasuk pengalaman melakukan penelitian sebelumnya. Mengingat semakin banyaknya pengalaman peneliti menjadi faktor penentu apakah peneliti

tersebut memiliki kepekaan yang baik ataukah tidak dalam memahami gejala ataupun fenomena yang diteliti.

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan merupakan urutan dalam pembahasan penelitian dari awal hingga akhir tulisan sebagai patokan penulisan secara umum. Dalam penulisan proposal ini dibagi menjadi beberapa bab. Berikut ini penjelasan dari masing-masing babnya, yaitu:

BAB I Pendahuluan. Bab ini berisi tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan, sistematika penelitian, tinjauan pustaka dan kerangka teori. Selain itu, bab ini juga membahas tentang metodologi penelitian yang berisi tentang penjelasan mengenai jenis penelitian dan pendekatan, kehadiran peneliti, lokasi penelitian, sumber daya, prosedur pengumpulan data, teknik analisis data, pengecekan keabsahan data dan tahapan-tahapan penelitian.

Bab II Proses Penyesuaian Diri meliputi definisi dan ruang lingkup, karakteristik, proses penyesuaian diri dan jenis-jenis gangguan dalam proses penyesuaian diri pada siswa MTs Al-Mu'minien.

Bab III Faktor-faktor pembentuk penyesuaian diri.

Bab IV Upaya mengatasi.

Bab V Penutup. Bab ini berisi kesimpulan jawaban dari rumusan masalah yang diangkat, saran dan rekomendasi yang diperlukan dalam rangka meningkatkan kemampuan adaptasi siswa MTs Al-Mu'minien.